



اشتباه رایج درباره مسواک و دهانشویه

متخصص دندانپزشکی تأکید کرد دهانشویه تنها نقش کمکی دارد و به دلیل ناتوانی در پاک کردن پلاک، هرگز جایگزین مسواک نمی‌شود.

به گزارش خبرنگاران، دهانشویه هرچند می‌تواند به بهداشت دهان و کاهش برخی میکروب‌های مضر کمک کند، اما نمی‌تواند جایگزین مسواک شود. دکتر شهرام مشرفیان، متخصص دندانپزشکی، با تأکید بر این موضوع می‌گوید دهانشویه‌ها نقش کمکی دارند و توانایی پاک کردن پلاک چسبیده به سطح دندان را ندارند. به گفته او، روی دندان‌ها به‌طور مداوم لایه‌ای میکروبی تشکیل می‌شود که به سطح دندان می‌چسبد و تنها مسواک با حرکت مکانیکی می‌تواند آن را از سطح دندان جدا کند. دهانشویه فاقد چنین حرکت مکانیکی است و بنابراین حتی اگر حاوی ترکیبات ضد میکروبی یا فلوراید باشد، نمی‌تواند جای مسواک را بگیرد.

توصیه عمومی این است که دندان‌ها روزانه دو بار و هر بار حدود دو دقیقه با خمیردندان حاوی فلوراید مسواک زده شوند و یکی از این دفعات پیش از خواب باشد. باقی ماندن پلاک روی دندان می‌تواند زمینه‌ساز پوسیدگی و بیماری‌های لثه شود.

مشرفیان همچنین درباره استفاده از دهانشویه در صبح می‌گوید این محلول می‌تواند بخشی کمکی از برنامه بهداشت دهان باشد، اما جای مسواک صبحگاهی را نمی‌گیرد؛ زیرا خمیردندان فلورایددار علاوه بر پاک کردن پلاک، به پیشگیری از پوسیدگی کمک می‌کند.

به گفته این متخصص، استفاده از دهانشویه بلافاصله پس از مسواک اشکالی ندارد، اما بهتر است پس از آن دهان شسته نشود و تا نیم ساعت نیز آب نوشیده نشود تا اثر دهانشویه حفظ شود.

او با اشاره به انواع مختلف دهانشویه توضیح می‌دهد که برخی محصولات بیشتر برای سلامت دندان و برخی برای سلامتی لثه کاربرد دارند. دهانشویه‌های فلورایددار بیشتر برای کودکان و پیشگیری از پوسیدگی توصیه می‌شوند، در حالی که انواع حاوی کلرهگزیدین برای کمک به سلامت لثه در بزرگسالان کاربرد بیشتری دارند. انتخاب دهانشویه نیز باید بر اساس هدف استفاده، از جمله پیشگیری از پوسیدگی، کنترل التهاب لثه یا کاهش بوی بد دهان انجام شود.



روزنامه سیاسی، اجتماعی، اقتصادی، ورزشی، فرهنگی صبح ایران

صاحب امتیاز و مدیر مسئول: محمدعلی وکیلی

دفتر مرکزی: تهران، زرتشت غربی

نرسیده به بیمارستان مهر، پلاک ۶۶، طبقه دوم

تلفن: ۸۸۹۶۵۷۱۰-۰۹۸۸۹۹۶۴۰۹

فاکس: ۸۸۹۵۷۰۹

سامانه پیامکی: ۳۰۰۶۰۰۴۰۴۰۰

ebtekarnews@gmail.com

سازمان آگهی ها:

بلوار آیت الله کاشانی، بین رامین شمالی و گلستان شمالی، ساختمان فرید، پلاک ۲۵۸، واحد یک

۴۴۰۱۹۸۰۵ - ۴۴۰۱۹۸۰۶ - ۴۴۰۱۹۸۰۹ - ۴۴۰۱۹۸۰۷

۰۹۱۲۲۷۱۷۵۰۳

توزیع: شرکت نشر گستر امروز - ۶۱۹۳۳۰۰۰

چاپ: صمیم / ۳-۱۰۳۵۵۸۶۸۰

سه‌شنبه ۷ مهر ۱۴۰۵ / شماره ۶۲۶۵

۱۷ ربیع‌الثانی ۱۴۴۸ - ۲۹ سپتامبر ۲۰۲۶

سال بیست‌ودوم / ۸ صفحه

تازه‌های علمی

اگرچه لباس یکی از نیازهای اساسی انسان است، به نظر می‌رسد این حوزه به اندازه فناوری‌های دیگر با سرعت بالایشرفت نکرده است. با این حال، دانشمندان اکنون نوعی منسوجات چاپ‌پذیر ساخته‌اند که می‌تواند بدن را خنک کند، حرکت را تشحیص دهد و بدون نیاز به سامانه‌های خارجی با چندین لایه مجزا، برق تولید کند.

به گزارش ایسنا، پژوهشگران دانشکده مهندسی گرینگر در دانشگاه ایلینوی، ماده‌ای منسوج از جنس نانوماده مرکب اکسید زیرکونیوم (ZrO۲) ساخته‌اند که خنک‌سازی یرغفعال و برداشت انرژی مکانیکی ناشی از حرکت بدن را با یکدیگر ترکیب می‌کند.

به نقل از نیواطس، این ماده با استفاده از خنک‌سازی تابشی، ۹۶ درصد از تابش ورودی خورشید را بازتاب می‌دهد و به این ترتیب، در فضای باز به خنک ماندن بدن کمک می‌کند. این ماده همچنین می‌تواند گرمای بدن فرد را به شکل تابش حرارتی به محیط منتقل کند.

از سوی دیگر می‌تواند با تشخیص الکتریسیته تریبولکتریک ایجاد شده هنگام حرکت فرد و تماس بدن با پارچه، حرکت را تشخیص دهد. این مقدار بسیار کم برق می‌تواند به عنوان یک سیگنال برای فناوری‌های متصل به لباس مورد استفاده قرار گیرد و به گفته پژوهشگران، حتی می‌تواند انرژی مورد نیاز برخی تجهیزات پوشیدنی کوچک را تأمین کند.اما تقریباً تمام زندگی خود را با لباس‌ها می‌گذرانیم. بنابراین منطقی است که لباس‌ها کاری فراتر از محافظت از بدن در برابر عوامل محیطی انجام دهند. همین ایده دانشمندان را به سمت ساخت لباس‌هایی با قابلیت‌هایی مانند پایش سلامت، سازگاری با شرایط آب‌وهوایی، کنترل تعاملی و ترمیم خودکار سوق داده است. مشکل اینجا است که بیشتر این قابلیت‌ها به سامانه‌های فعال و پیچیده و در بسیاری از موارد به چندین لایه مونتاژ شده با عملکردهای متفاوت نیاز دارند.

راهکار پژوهشگران دانشگاه ایلینوی، کنار گذاشتن این پیچیدگی‌ها از طریق ترکیب چند قابلیت در یک پارچه چاپ سه‌بعدی شده است. هسته اصلی این ماده را نانوماده مرکب اکسید زیرکونیوم تشکیل می‌دهد.



شماره فراخوان مناقصه در سامانه ستاد : ۲۰۰۵۰۹۲۴۰۹۰۰۰۰۵۸

شماره : ۲۲۸۳۲۷۲

نوبت اول

آگهی مناقصه (عمومی)

شماره فراخوان مناقصه در سامانه ستاد : ۲۰۰۵۰۹۲۴۰۹۰۰۰۰۵۸

شماره : ۲۲۸۳۲۷۲

نوبت اول

آگهی دعوت به مجمع عمومی هادی به طور فوق العاده

شرکت تریون انویستمن پراوران آمولی (سهامی خاص)

به شماره ثبت ۵۶۸۵۵۰ و شماره ملی ۱۶۰۰۵۹۶۱۰۲۰

سند وبرگ سبز سواری سمنند مدل ۱۳۹۷رنگ سفید روغنی شماره پلاک ۳۶د۸۳۲ایران ۴۹شماره موتور ۲۴۶۱۲۵۵۳۳۵شماره شاسی ۴۴۴۳۹۳۴۴FJ۳۹۱CE۰۱NAACبه نام عزیز طیموری پور مفقود گردیده و فاقد اعتباری می باشد.

مدرک فارغ التحصیلی اینجناب عبدالله احساس خواه فرزند خدارحم به شماره ملی ۰۶۸۳۱۹۷۴۳۰صادر از بوبراحمد در مقطع کارشناسی رشته فقه ومبانی حقوق صادر از واحد دانشگاهی آزاد اسلامی پارسوج به شماره سریال ۵۵۸۴۲۶مفقود گردیده وفاقد اعتباری می باشد.

سند وبرگ سبز متعلق به خودروی سواری سمنند تیپ:سورن رنگ:سفیدروغنی مدل:۱۳۸۷ شماره موتور: ۱۳۸۷۰۹۹۰۹۹ شماره شاسی: ۰۵۲۸۴۳۹۳۴۴FJ۳۹۱CE۰۱NAAC شماره انتظامی: « ۴۹ ایران ۵۸۲ ب ۸۳ » مالک: علیرضا پناهی مفقود گردیده و فاقد درجه اعتبار می باشد.

آخر ابتکار

www.ebtekarnews.com

نوبت اول

آگهی مزایده زمین حمام قدیم واقع در خیابان شهید دادوند

شماره : ۲۲۸۶۲۶۲

نوبت اول

آگهی اروزبایی کیفی مناقصه

موضوع : قرارداد تکمیل احداث پلی کلینیک کوی ملت اهواز

شماره : ۲۲۸۴۸۷۴

نوبت دوم

فراخوان مناقصه عمومی یک مرحله‌ای (شماره فراخوان: ۲۰۰۵۰۸۰۱۱۰۵۵۰۰۰۲۳۵)

روابط عمومی سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت

www.shana.ir

www.piho.ir

www.setadiran.ir